

◆ H T M L 入門

パソコン初心者を対象に、ホームページを作成・公開する方法として、HTMLの基礎的な事柄とテキストエディターでの入力、サーバーへの転送方法を講習します。

《日程》 ①10月7日 ②10月14日 ③10月21日
④10月28日 ⑤11月11日
毎週金曜日 午後6時～8時30分

《対 象》 中学生以上のパソコン初心者
《参加費》 3,500 円 (5 回分)
《定 員》 12 人 《講師》 公民館職員

◆ ワード基礎

パソコン初心者を対象に Microsoft Word(マイクロソフトワード)を使って年賀状や自治会などで使える簡単なチラシをつくります。

《日程》 ①10月15日 ②10月22日 ③10月29日
④11月12日 ⑤11月19日 ⑥11月26日
⑦12月10日
毎週土曜日 午後1時30分～4時

《対 象》 18 歳以上のパソコン初心者
《参加費》 4,500 円 (7 回分)
《定 員》 12 人 《講師》 公民館職員



◆ パソコン相談室

ワードやエクセルなど、パソコン講座に参加して、ひと通り分かったつもりでも、実際に使い始めると色々疑問が湧いてくるもの。その疑問をお聞かせします。

《日程》 9月26日(月)
①午前9時30分～11時30分 ②午後2時～4時

《対 象》 どなたでも
《参加費》 無料
《定 員》 各回4人 《講師》 公民館職員

◆ タブレット入門

タブレットとは？どんなものでどんなことが出来るのか、実際に触ってタブレットの楽しさ・手軽さを体験してみましょう。

《日程》 ①11月12日 ②11月19日 ③11月26日
毎週土曜日 午前9時30分～午後0時

《対 象》 18 歳以上のパソコン初心者
《参加費》 2,000 円 (3 回分)
《定 員》 12 人 《講師》 公民館職員

締切 10月14日(金)

予告

今後公民館で予定されている講座です。

*詳しくは毎月1回発行される「広報おおさかさやま」をご覧ください。
(諸事情により変更になる場合があります)

プラネタリウム アラモード

星空投影と共に音楽を楽しみます

《日程》 11月・2月
＜開催月の広報掲載予定＞

ふれあいライブ

様々なジャンルの音楽をお楽しみください

《日程》 12月・3月
＜開催月の広報掲載予定＞

親まなび講座 日本の行事を 子どもたちに伝承しよう～節分～

冬の年中行事の一つ、節分の習わしを親子で学び、恵方巻など親子で協力して節分の料理を作ります

《日程》 1月29日
＜広報1月号掲載予定＞

パソコン講座 アンドロイドアプリ作成

簡単な電卓のアプリを作成します

《日程》 2月24日・3月3日・10日
＜広報2月号掲載予定＞

健康促進講座

大阪南医療センターとの共催で健康について学びます

《日程》 1月
＜広報1月号掲載予定＞

ハートフルセミナー 性の多様性

性の多様性について学びます

《日程》 2月
＜広報2月号掲載予定＞

オンラインに慣れよう勉強会 ～zoomを使ってみよう(入門編)～

オンライン会議サービス zoom の使い方を一緒に勉強しましょう

《日程》 10月20日・1月30日
＜広報10月号/1月号掲載予定＞

街のすぐれもの講座

そば打ちにチャレンジ！
薫り高いそば粉を使って、そば打ち体験しましょう！

《日程》 2月
＜広報2月号掲載予定＞

はばたきフェスタ in 公民館

参加団体さんの発表、展示、模擬店、陶芸体験があります

《日程》 11月5日・6日
＜広報10月号掲載予定＞

公民館だより 2022年秋冬号

講座申込み期間：9月1日(木)～15日(木)

★応募者多数の場合 (市内在住・通勤・通学の方を優先します)
9月17日(土)午前10時より、公開抽選を行います。

【申込み方法】

《直接申込み》 下記窓口にある「公民館講座申込み」に記入

- ・公民館 (月～日曜日 午前9時～午後9時)
- ・社会教育センター (月～日曜日 午前9時～午後9時)
- ・市役所3階「社会教育グループ」 (月～金曜日 午前9時～午後5時30分)

- ・ニュータウン連絡所 (月～金曜日 午前9時～午後5時30分/第1・第3土曜日の午前中)

《電子メール申込み》

申込みフォームに必要事項を入力して送信

<http://www.osakasayama-kouminkan.jp/>

ご注意ください

- * 電話でのお申し込みは出来ません。
- * 当選・落選は、原則ハガキでお知らせします。
- * F A X 番号はお間違えないように、また F A X 番号非通知設定を解除して送信してください。

★各講座の詳細は公民館ホームページ、各チラシをご覧ください。 ★募集対象は講座により異なります。
★各講座の日程や内容については、講師などの都合により変更する場合があります。 ★会場は公民館、他です。
*小学生以下のお子様には保護者の送迎をお願いします。 *お預かりした個人情報は公民館講座の運営以外には使用しません。



発行日：令和4年9月1日
編集・発行：大阪狭山市立公民館
指定管理者：アクティオ株式会社
〒589-0021 大阪狭山市今熊 1-106
TEL 072-366-0070 FAX 072-366-0081



『さや活』は9月13日(火)、『思い出着物リメイク講座』『新春こどもまつり参画申込』は9月29日(木)、『ひとりてできるもん！』『タブレット入門』は10月14日(金)、『天体観望会』は11月29日(火)締切。
『おとなのちょっとよるあそび時間』は各締切日迄。

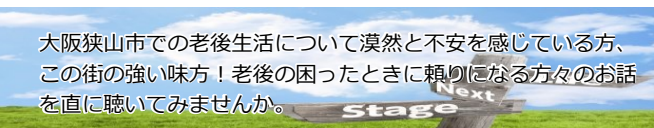
《郵便・FAX申込み》

ハガキかFAXに右記事項を記入9月15日(木)必着
FAX：072-366-0081

589-0021
大阪狭山市今熊 1-106 大阪狭山市立公民館 宛

◎希望講座タイトル名
◎郵便番号
◎住所
◎勤務先(市外居住の方のみ)
◎氏名(ふりがな)
◎年齢(学校名と学年)
◎保護者名(未成年者対象講座のみ)
◎電話番号
◎FAX 番号

どんとこい!介護 2022 人生100年時代元気に生きていく講座



大阪狭山市での老後生活について漠然と不安を感じている方、この街の強い味方！老後の困ったときに頼りになる方々のお話を直に聴いてみませんか。

- ① 9月29日 フレイルの予防・改善に♪
みんなでカラダとココロをほぐしてみよう
- ②10月13日 知って安心！大阪狭山市の地域福祉と包括支援センターの役割について
- ③11月10日 今春からスタートした福祉サービスC型って知っていますか？
介護・福祉用具を見て・知って・体験してみよう！
- ④12月15日 百聞は一見に如かず 介護施設を見学してみよう！
Part1 介護老人保健施設見学と大阪狭山市の介護福祉サービスについてのお話1
- ⑤ 1月12日 百聞は一見に如かず 介護施設を見学してみよう！
Part2 介護老人福祉施設見学と大阪狭山市の介護福祉サービスについてのお話2
- ⑥ 2月9日 人生100年時代みんなはどう考えているのかなあ？
「老後の生き方、不安について少し整理してみませんか」

《会場》 ①大集会室 ②③⑥多目的室 ④⑤介護施設にて集合、解散
※状況により④⑤は公民館での介護施設紹介となる場合があります。

《講師》 ①時枝 恭代さん (大阪狭山市社会福祉協議会 健康運動指導士)
②赤瀬 幸平さん・中尾 雅樹さん (大阪狭山市社会福祉協議会)
③大阪狭山市健康福祉部高齢介護グループ 職員
③④⑤安達 賢治さん (さやまの里在宅介護支援センター)
⑥宮脇 一成さん (さやまの里在宅介護支援センター)

《時 間》 木曜日 午前10時～午後0時
《対 象》 40 歳以上の人 《定 員》 30 人
《参加費》 1,000 円 (6 回分)

成人大学講座

日本の文学・文化を考える

変化の目まぐるしい現代においても、日本の文学、歴史に対しては高い関心が寄せられています。今回は古代、中世、近代、現代のそれぞれの時期に、日本から生み出された文学・文化を5つのテーマとして取り上げて、皆さんと一緒に考えるための講座を展開します。



- ①10月15日 「平安京の二オイ」
安田 政彦さん (帝塚山学院大学 教授)
- ②10月22日 「杉山平一の詩を読む -詩集『声を限りに』を中心に-」
宮坂 康一さん (帝塚山学院大学 専任講師)
- ③10月29日 「古事記・日本書紀の神話・説話を考える」
及川 智早さん (帝塚山学院大学 教授)
- ④11月12日 「明治時代のファンタジー」
伊藤 かおりさん (帝塚山学院大学 准教授)
- ⑤11月19日 「戦争児童文学とは」
伊藤 かおりさん (帝塚山学院大学 准教授)

《時 間》 土曜日 午後1時30分～3時30分
《対 象》 18 歳以上の人
《参加費》 1,000 円(5 回分)
《定 員》 50 人(市内在住・在勤・在学の方優先)
《コーディネーター》 帝塚山学院大学 生涯学習センター

*新型コロナウイルス感染予防などの事情により講座内容の変更や延期・中止になる場合があります。

大人のちょっと よるあそび時間

9月から令和5年3月まで、毎月1回、よるの時間帯に、ちょっと公民館に立ちよって、いろいろな体験をしていただく事業をと思ひ、企画しました。



大人だつて、ちよっと体験したい、遊びたい、学びたいなあと思ふこともあるはず！
ぜひ、このチラシを手元に置いて、「やってみたい！」に挑戦してみてください！

1回ごとの申込みで OK!

9/28 **スパイスについて
知ろう**
～スーパカレーづくりとチャイを通して～
講師：シャルマ クリシュナさん
(PUJA(プジャ))
定員：24人 締切：9月15日

10/19 **インド舞踊を
かじってみよう**
～カラダは宇宙なの？体験してみよう～
講師：橋本 尚胡さん
(インド舞踊愛好家)
定員：16人 締切：10月12日

11/16 **己書を楽しもう**
～自分の中に眠っている「己」を見つけてみよう～
講師：岡 真奈美さん
(己書マナ道場・道場師範)
定員：16人 締切：11月9日

12/7 **コミュニケーションが
苦手な方へ**
～相手も自分も大切にするキョリ感のコト～
講師：北野 真由美さん
(NPO 法人えんばわめんと堺/ES)
定員：24人 締切：12月1日

1/11 **薬膳を学んで健やかな
毎日を過ごそう！**
講師：いずみ しほさん
(栄養士・漢方養生アンバサダー)
定員：16人 締切：12月28日

2/22 **ヨガを通してカラダも
心もリフレッシュ♪**
講師：いずみ しほさん
(Ease yoga)
定員：16人 締切：2月15日

3/22 **“くらしとお金”に
ついて**
～ココロ豊かな暮らしのために～
講師：松井 一恵さん
(特定社会保険労務士、CFP®認定者、宅建建物取引士)
定員：24人 締切：3月15日

《時 間》 水曜日
午後7時～8時30分
(①のみ6時30分～)
《対 象》 18歳以上の人
《参加費》 各回300円
9/28(は別途材料費300円が必要
※応募多数の場合、市内在住在勤
在学の人を優先の上、抽選

みらい◇はばたきっず ひとりのできるもん！ お料理は、まかせて！

包丁や調理器具の使い方の基本説明を受けた後、実際に料理を作り、美味しくなる味付けや盛り付け、手際よく後片付けできるポイントを学ぶ。
3回のワークショップを通じて、「食べる」だけでなく、「作る」から「洗う」「片付ける」という「料理」の一連の流れを身につける。

《日時》 ① 11月23日(祝・水) 午前10時～午後0時
② 12月18日(日) 午後1時30分～3時30分
③ 1月22日(日) 午前10時～午後0時

《対 象》 小学4年生～6年生
《参加費》 900円(3回分) 《定 員》 12人
《講 師》 竹原 延浩さん(男の手料理の会 世話人)

締切 10月14日(金)



大阪さやまち歩き 《あまの街道編》

“まち歩きイベント企画”メンバーがプロデュースするイベントです！

《日 時》 9月23日(祝・金) 午前10時～午後2時

さや活 当日のプログラム	
午 前	9:30 受付開始 10:00 あいさつ ウォーミングアップストレッチ 『歩く上で大切な3つのポイント』のレクチャーあり♪ 『歩く上で大切な3つのポイント』のレクチャーあり♪
	10:15 まち歩きスタート♪ ～あまの街道方面～(約3Km)
昼 食 タイム	12:30 (最終)ゴール ゴールした組から順に、のんのんさんの移動式子ども食堂のカレーを頂きます♪ ※カレーが苦手な人は申し訳ありませんが、昼食を持参してください
	13:00 『笑顔』『健康』をサポートするお話の会』 ・『意欲・体力アップのための姿勢・呼吸法』 高橋けいこさん(資格ボディメイクトレーナー) ・『運動能力を最大限に発揮できる食事のポイント』 富尾ありささん(薬剤師・栄養カウンセラー) 【遊びのコーナー】(予定) ・プレーパークゾーン ・スーパボールすくい ・缶バッチづくり など
午 後	14:00 あいさつ 解散 ※当日、状況に応じてプログラム内容等、変更になる場合があります。

《対 象》 年齢不問 どなたでも
※子連れOK、小学生以下は保護者も申込み必要
《参加費》 500円(中学生以下は無料)
《定 員》 50人

締切 9月13日(火)

『新春こどもまつり 2023』 共に創って頂ける団体募集！



まだまだ油断はできないコロナ禍ではありますが、今年度も「新春こどもまつり」をいつもの日程できるように準備をはじめたいと思います。
子どもたちが様々な遊び、学びを経験できる一日を一緒に創ることを、そして、コロナ禍での開催に向けて対策と一緒に考えて頂ける団体を募集します。



■第1回目の会議予定
10月1日(土) 午前10時から2時間程度

《対 象》 目的に賛同し、当日だけでなく一緒に創って頂ける団体など
※原則、市内で活動されている団体を対象とします。
営利目的での参加はご遠慮ください。

締切 9月29日(木)

『新春こどもまつり 2023』

開催目的 : 子ども達が様々な遊び、学びを経験できる機会をつくる
開催予定日時 : 令和5(2023)年1月8日(日)
午前10時～午後3時30分
開催場所 : 大阪狭山市立公民館 屋内・外

申し訳ありませんが『新春こどもまつり 2023』につきましては、飲食の模擬店は見合わせることをさせていただきます。

模擬店で参加を希望される場合は、飲食以外の内容をご検討ください。ご理解ご協力の程、よろしくお願いいたします。



←お申し込みはこちらから

ECO なくらし 思い出着物リメイク講座

たんに眠っている着物に新しい命を吹き込みましょう！手縫いは誰でもできるやさしい縫い方です。着物をリメイクして小物や洋服に大変身させよう！



《日 時》 ①10月16日(日) ②10月23日(日)
午前9時30分～午後0時

《対 象》 18歳以上の人
《参加費》 800円(2回分) 《定 員》 10人
《講 師》 谷 巳枝子さん(街のすぐれもの登録者)

締切 9月29日(木)

初心者陶芸体験講座 後期 世界で一つの『ランプシェード』

タタラ(土のプレート板)で形成し、あなただけのオリジナル作品を作りませんか？



① 9月24日(土) 作陶
② 9月25日(日) 作陶仕上げ
③ 10月22日(土) 釉薬かけ・本焼窯入れ
④ 10月29日(土) 窯出し・鑑賞会

《時 間》 午前10時～午後0時
《対 象》 18歳以上の人
《参加費》 2,500円(4回分) 《定 員》 8人
《講 師》 陶芸クラブ 桂

放 課 後 ☆ 公 民 館

当日の空き室を青少年の自習室として無料開放しています。

《時 間》 午後1時～8時45分
《対 象》 中学生～概ね30歳
*都合により開催できない日や時間の変更があります。
*趣味やお仕事での利用はできません。



プラネタリウム 投影



■通常投影
テーマに沿ったプログラムとその日の星空解説
＜入場無料/定員59人・先着順＞
毎週日曜日午後2時/3時の2回投影

■リクエストプラネタリウム
10人以上集まればお申込み頂けます(日時：要相談)

冬の天体観望会

「ふたご座流星群と冬の星座」
プラネタリウムと星空観測

《日 程》 12月14日(水) 午後6時～8時
《参加費》 200円 《定 員》 30人
《講 師》 中島 健次さん(那須香大阪天文台長)

締切 11月29日(火)



青少年セミナー さやまプレーパーク

申込み不要・参加費無料

自分の責任で自由に遊ぶ。ルールはそれだけ。みんなで遊びましょう！

《日 時》 11月13日(日) 午前10時～午後3時
《場 所》 副池オアシス公園

展示絵画募集のお知らせ



市立公民館にあなたの絵を展示してみませんか。

館内掲示の絵画の入替えを随時行っています。サイズや掲示期間など詳細は公民館までお問い合わせください。

よりどころ in こうみんかん

令和4(2022)年度は、令和4年10月から令和5年3月まで、『よりどころ in こうみんかん』スペースをふれあいフロアに設けます。
休館日やイベント日で使用できない日もありますが、ぜひお立ち寄りください。
詳しくは、カレンダーをご確認ください。



←詳しい内容はこちらから
毎月ご確認いただけます